

¿Qué es el autoaislamiento?

Actualizado: 23/07/2020

Se recomienda que los habitantes de Iowa se aislen voluntariamente durante 14 días en las siguientes situaciones:

- Si han viajado Internacionalmente en los últimos 14 días.
- Si viven con alguien que tiene síntomas de COVID-19 o que ha dado positivo de COVID-19.

¿Qué significa autoaislamiento?

- Quedarse en casa y no acudir a la escuela, áreas públicas o reuniones.
- No utilizar el transporte público, vehículos compartidos ni taxis.
- Posponer todos los viajes.
- Lavarse las manos con frecuencia y practicar una buena higiene.
- Posponer todas las citas médicas no esenciales hasta haber completado los 14 días de autoaislamiento. Si usted tiene una cita médica esencial durante ese tiempo, coordine la visita con su proveedor de atención médica y los profesionales de salud pública locales según sea necesario.

¿Qué debo vigilar durante el autoaislamiento?

- Tome su temperatura dos veces al día. Preste atención a la aparición de fiebre. Preste atención a la tos o dificultad para respirar.

¿Qué pasa con la gente con la que vivo?

- Sus familiares u otras personas que residen en su hogar pueden permanecer allí, pero usted debe apartarse en una habitación específica, lejos de los demás, y usar un baño separado (si es posible).
- Mientras usted esté saludable, las demás personas en su hogar pueden realizar sus actividades diarias de manera normal (no hay restricción para su movimiento).
- No debe tener contacto directo con ningún animal (es decir, perros, gatos, cerdos, ganado, ovejas y cabras) si no es con la máxima precaución. Haga arreglos para que sus mascotas sean cuidadas y alojadas fuera de su hogar, si es posible.

¿Qué debo hacer si empiezo a tener fiebre, tos o dificultad para respirar?

Los habitantes de Iowa enfermos deben quedarse en casa y aislarse allí de otras personas. Aproximadamente el 80% de los habitantes de Iowa infectados con COVID-19 experimentarían solo un malestar leve a moderado. La mayoría de los habitantes de Iowa levemente enfermos no necesitan acudir con su proveedor de atención médica o hacerse una prueba para confirmar que tienen COVID-19. Si siente malestar, quédese en casa hasta que:

- No haya presentado fiebre durante al menos 24 horas (es decir, un día completo sin fiebre sin haber usado medicamentos antifebriles), Y
- otros síntomas hayan mejorado (por ejemplo, cuando su tos o dificultad para respirar hayan disminuido), Y
- hayan pasado al menos 10 días desde que sus síntomas aparecieron por primera vez.

Si cree que puede necesitar atención médica, llame antes. Su proveedor puede evaluar si usted necesita ser atendido en el consultorio o si puede recuperarse en su hogar. Además, puede haber opciones para que hable con un proveedor médico desde su casa utilizando la tecnología.